

## Конспект спортивного развлечения для подготовительной группы «Путешествие в страну Здоровья»

Подготовила инструктор по ФК  
Апарина Л.И.

Цель: Укрепление здоровья детей через физические упражнения и подвижные игры.

Задачи:

Оздоровительные :

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- способствовать развитию опорно-двигательного аппарата;
- создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении.

Образовательные:

- формировать у детей представление о здоровом образе жизни;
- развивать выразительность двигательных действий;
- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки в играх-эстафетах, подвижных играх и основных движениях.

Воспитательные:

- развивать у детей интерес к играм-эстафетам и физическим упражнениям с использованием разных предметов;
- формирование у детей умения играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других; побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях.

Оборудование: 2 конуса, 2 мяча, 6 шт. кегли, мешочек с песком бшт, обручи 8шт, ведро 2, швабра 2, лис бумаги 2, буквы.

### I. Организационный момент.

Дети входят в зал. Построение.

Ведущий: Внимание, внимание! Я приглашаю всех мальчиков и девочек в путешествие, а в какую страну мы попадём, вы узнаете в конце нашего путешествия. Предлагаю взять с собой смелость, быстроту, смекалку. На нашем пути сказочные герои приготовили для вас задания. Вы должны выполнить эти задания. За каждое задание вы будете получать Букву, а потом из этих букв вы сложите слово и узнаете, в какую страну вы попали!

### II. Основная часть.

#### 1. Разминка.

Ведущий: А сейчас разминка, чтобы в пути мы шагали быстрее, просим музыку погромче, веселее впереди у нас сложное испытание – Полоса препятствий.

Пройти по скамье, пролезть под дугу, шагать по кочкам, прыжки из обруча в обруч, ходьба по палке приставным способом, прыжки через мешочки

Получаем букву (Я).

#### 2. Эстафета №1

Ведущий: Ребята, если вы отгадаете мою загадку, то узнаете, кто приготовил для вас первое испытание.

Загадка: Братишка ей не подчинился

И вот в козлёнка превратился

Когда водицы из копытца

Он в знойный день решил напиться (Алёнушка).

Ведущий: А теперь выполняем задание от Алёнушки. «Сбей кеглю».

Нужно, мешочки 3шт, бросок от плеча. Получаем букву (З).

#### 3. Эстафета №2

Ведущий: Отгадайте, кто же приготовил следующие задание.

Загадка: Любит тортики, варенье,

Сушки, сладости, печенье.

Он упитанный вполне.

И пропеллер на спине! (Карлосон)

Ведущий: А теперь выполняем задание от Карлосона. «Попрыгушки». Прыжки на одной правой ноге вперед. Назад – на другой левой ноге. Руки на поясе. У линии старта передает эстафету следующему касанием руки. Получаем букву (О)

#### 4. Эстафета №3.

Ведущий: Отгадайте, кто же приготовил следующие задание.

Загадка: В гости к бабушке пошла,

Пироги ей понесла.

Серый Волк за ней следил,

Обманул и проглотил. (Красная шапочка)

Ведущий: А теперь выполняем задание от Красной шапочки. «Донеси – не урони» Дети по очереди несут на голове мешочек с песком до поворотной отметки и возвращаются назад бегом. У линии старта передают эстафету следующему касанием руки. Получаем букву (Д).

#### 5. Эстафета №4

Ведущий: Отгадайте, кто же приготовил следующие задание.

Загадка: Ему надоело

Сидеть на окошке

И он покатился

В лес по дорожке. (Колобок).

Ведущий: А теперь выполняем задание от Колобка. «Ударь мячом в обруч».

У ребят мяч и 5 обручей впереди. Необходимо пройти до линии финиша, останавливаясь в каждом обруче, и ударяя в него мяч. Оценивается попадание каждого ребенка в обруч.

Получаем букву (В)

#### 6. Эстафета №5.

Ведущий: Отгадайте, кто же приготовил следующие задание.

Загадка: Лечит маленьких детей

Лечит птичек и зверей,

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор (Айболит)

Ведущий: А теперь выполняем задание от Доктора Айболита. «Донеси листок бумаги».

Ребёнку кладут лист на ладонь, нужно дойти до финиша, не потеряв лист и вернуться назад. Получаем букву (Б)

#### 7. Эстафета №6

Ведущий: Отгадайте, кто же приготовил следующие задание.

Загадка: На лесной опушке

Сидит она в избушке.

Спокойно жить не хочет,

Царевичей морочит.

Ступа с метёлкою ей дорога,

Это зловредная (Баба-Яга)

Ведущий: А теперь выполняем задание от Бабы - Яги. «Баба-Яга». В качестве ступы используется простое ведро, в качестве метлы - швабра. Участник встает одной ногой в ведро, другая остается на земле. Одной рукой он держит ведро за ручку, а в другой руке - швабру. В таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать ступу и метлу следующему. Получаем букву (Р)

#### 8. Игра «ДА-НЕТ».

Ведущий: А теперь поиграем в игру, которую приготовил для вас следующий сказочный герой. А какой угадайте.

Загадка: Над простым моим вопросом

Не потратишь много сил.

Кто мальчишку с длинным носом

Из полена смастерил?(Папа КАРЛО)

Игра: «Да, нет».  
Каша вкусная еда  
Это нам полезно? (Да)  
Лук зеленый иногда  
Нам полезен дети? (Да)  
В луже грязная вода  
Нам полезна иногда? (Нет)  
Щи - отличная еда  
Это нам полезно? (Да)  
Мухоморный суп всегда –  
Это нам полезно? (Нет)  
Фрукты – просто красота!  
Это нам полезно? (Да)  
Грязных ягод иногда  
Съесть полезно, детки? (Нет)  
Овощей растет гряда.  
Овощи полезны? (Да)  
Сок, компотик иногда  
Нам полезны, дети? (Да)  
Съесть мешок большой конфет  
Это вредно, дети? (Да)  
Лишь полезная еда  
На столе у нас всегда! Получаем букву (О)

#### **9. Составление слова из букв.**

Ведущий: Вот вы и прошли все испытания. Собрали буквы, а теперь из этих букв нужно составить слово. И вы узнаете, в какую страну вы попали. (Страна «Здоровье»). Молодцы!

III. Подведение итогов.

Ведущий: -Понравилось вам путешествие?

-С какими сказочными героями вы встретились на пути?

-В какую страну вы попали?

-Что нужно делать, чтобы всегда быть жителями этой страны?

Ведущий: Я хочу пожелать вам, чтобы вы всегда были здоровыми.



